

Delia Steinberg Guzmán: Az önismeret iránytűje

Emberi énkünk megismerését segítő hasznos útmutató Delia Steinberg Guzmán könyve. A szerző filozófus és zongoraművész. A „Mi az ember?” kérdésre több nézőpontból tud választ keresni.

A mű érdekes módon osztódik kétszer három részre. Az első rész hármasság tagolása az önismeret elhelyezését szolgálja az emberről szóló tudományokban.

„Ismerni saját magunkat azt jelenti, hogy valóban tudjuk, kik vagyunk, és azt is, mivel rendelkezünk, hogy győzelmet arathassunk önmagunk fölött.” (25. p.)

Az olvasónak a témáról való gondolkodtatását néhány egyszerű, lényegbe vágó kérdéssel segíti az író:

Mik az erényeink?

Mik a hibáink?

Hogyan lehet ellensúlyozni hibáinkat erényeinkkel?

Hogyan lehet elsősorban a saját hibáinkon és nem másokén javítani?

Kiindulásként azt a tanácsot, javaslatot olvashatjuk, hogy használjuk a másokkal való összehasonlítás módszerét. Ezután ha önmagunkat hasonlítjuk össze korábbi önmagunkkal, akkor lemérhetjük a fejlődésünket. Ez ösztönzőleg hat további önnevelésünkre is. Fontos, hogy jussunk el a cselekvésig, a változtatásig. „Egy tanítás akkor értékes, ha az elmébe, az érzelmekbe és a tettekbe is beépül.” (35. p.) Hogy ezt az utat végig tudjuk járni, ehhez elszántság szükséges. Lelki szinten rendet kell tenni gondjaink között. Akaratlagos figyelem és összpontosítás kell, mely segít elmélyíteni cselekedeteinket, ha elértük célunkat, akkor újakat kell kitűznünk.

A második rész azon emberi jellemvonások gyűjteménye és taglalása, amelyeken változtatni kellene, ha képesek vagyunk felismerni őket. A felismerésre váró emberi korlátok e könyvbéli listája a következő: kritizálás, gyengeség, figyelmetlenség, egoizmus, irigység, pontatlanság, tétlenség, harag, rosszkedv, félelem, hanyagság, lustaság, rutin, gög, állhatatlanság. A felsorolt (negatív) jellemvonások leírása és a bemutatott példák igen eredményessé tehetik az olvasó számára a fogalmak értelmezését és a tulajdonságok felismerését.

Globalizált világunkban erőteljesen terjed az egoizmus, „a személyiséget fenyegető elenség”. Az egoista a saját gondjait helyezi előtérbe, nem veszi észre mások igényeit. Ő maga nem tud szeretni, csak követeli, hogy szeressék. Az együttélés legelemibb formáit is ellehetetleníti. Az egoizmust azért emeltük ki rövid ismertetésre, mert meglátásunk szerint az intézményes nevelés gyakorlatának nem nagyon sikerül megtalálnia azokat a módszereket, amelyekkel elejét lehetne venni ezen személyiség-tulajdonság rohamos terjedésének. Az egyéb környezeti és a médiális hatások erősebbek...

A könyv harmadik része az „Emberi értékek” címet kapta. Ebben a fejezetben a röviden ismertetett pozitív jellemvonások műfaji keveredése figyelhető meg. A szerző emberi értékeként nevezi meg őket, melyek között nem teremtett rendet. Ettől függetlenül ezek fontos, el-

érendő céltulajdonságok. Ez az önismereti iránytű még nagyon sok olyan emberi értékre nem mutat rá, amelyeknek birtoklásához valóban le kell küzdeni önmagunkat.

Ismét csak megadjuk a könyvben tárgyalt emberi értékeket: barátság, figyelem, kitartás és állandóság, kreativitás, erőfeszítés, pontosság, megújulás, magabiztosság, higgadság, belső erő, akarat, győzelem. Ebből a listából a magabiztosság az, ami a legtöbbet jelenti önismereti szempontból. A magabiztosság az, „amely lehetővé teszi, hogy azok legyünk, akik lenni akarunk és hogy aszerint is éljünk..” A magabiztosság ésszerű erőfeszítés eredménye, az önismeret gyümölcse.

A könyvet jó szívvel ajánlom mindenkinek, aki több akar lenni eddigi önmagánál, és szeretné átadni gyermekeinek, tanítványainak önismeretben-önnevelésben szerzett tapasztalatait.

Új Akropolisz Kiadó, Budapest, 2006. 102 p.

SZERZŐINK, MUNKATÁRSAINK FIGYELMÉBE!

Tisztelettel kérjük szerzőinket, hogy kéziratukat a szerkesztőség címére küldjék: 6725 Szeged, Hattyas sor 10. A borítékra feltétlenül írják rá, hogy *kézirat*. Csak „gépel”, 8–10 lapnál nem nagyobb terjedelmű kéziratokat fogadunk el. A kéziratot jól áttekinthető kettes sortávolsággal, normál géppapíron, a „gépelési hibák” gondos javításával, a felhasznált szakirodalom pontos feltüntetésével (szerző, cím, hely, kiadó, lapszám) kérjük. A közérthetőség megkívánja azt is, hogy az elkerülhetetlen idegen szakkifejezések magyar megfelelőzéséről, értelmezéséről se feledkezzünk meg. Kérésünk az is, hogy a szövegbe iktatott rajzos, ábrás, illusztrációs megoldásoktól lehetőleg tekintsünk el.

Azoktól a szerzőktől, akik megfelelő feltételekkel rendelkeznek, számítógéppel írt kéziratot kérünk lemezen és nyomtatva is.

Nagyon fontos, hogy külön lapra írják föl *beosztásukat, munkahelyük, iskolájuk pontos nevét, helyét*, valamint *irányítószám és lakcímüket*.

Felhívjuk továbbá szerzőink figyelmét, hogy másodközlésre nem vállalkozunk. Szerkesztőségünkönél is érvényes az az általános gyakorlat, hogy kéziratot nem örzünk meg és nem is küldünk vissza.